సాక్షి
మహబూబ్‌నగర్
శనివారం । 17 । మే । 2025

కొత్త కోర్సులకు దరఖాస్తుల ఆహ్వానం

జడ్చర్ల టౌన్‌: పట్టణంలోని డాక్టర్ బీఆర్‌ఆర్ ప్రభుత్వ డిగ్రీ, పీజీ కళాశాలలో ప్రవేశపెట్టిన నూతన కోర్సులను సద్వినియోగం చేసుకోవాలని ప్రిన్సిపాల్ డా.సుకన్య ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. 2025–26 విద్యాసంవత్సరంలో బీకాంలో రిటైల్ మేనేజ్‌మెంట్, బీఎస్సీలో హెల్త్ మేనేజ్‌మెంట్ కోర్సులను ఈ ఏడాది కొత్తగా ప్రవేశపెట్టామని పేర్కొన్నారు. విద్యార్థులు దోస్త్ ద్వారా దరఖాస్తులు చేసుకోవాలని సూచించారు. పై కోర్సులు ఎంపిక చేసుకున్న వారికి పారిశ్రామిక సంస్థల్లో ఉద్యోగ అవకాశాలు ఉంటాయని, ఉజ్వల భవిష్యత్ ఉంటుందని తెలిపారు.

డెంగీపై అప్రమత్తత అవసరం



ర్యాలీని ప్రారంభిస్తున్న జిల్లా వైద్యారోగ్యశాఖ అధికారి డాక్టర్ కృష్ణ

పాలమూరు: దోమల నియంత్రణపై అందరూ బాధ్యత తీసుకోవాలని, జిల్లాలో డెంగీపై ప్రజలలో పెద్ద ఎత్తున అవగాహన కల్పించడంతో పాటు నిల్వ నీటిని, యాంటీ లార్వా ఆపరేషన్స్ నిర్వహిస్తున్నామని జిల్లా వైద్యారోగ్యశాఖ అధికారి డాక్టర్ కృష్ణ సూచించారు. జాతీయ డెంగీ నివారణ దినోత్సవం సందర్భంగా జిల్లా మలేరియా శాఖ ఆధ్వర్యంలో శుక్రవారం జిల్లాకేంద్రంలోని రామయ్యబౌలి అర్బన్ హెల్త్ సెంటర్ దగ్గర డెంగీపై ఏర్పాటు చేసిన అవగాహన ర్యాలీని డీఎంహెచ్‌ఓ జెండా ఊపి ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ డెంగీ రాకుండా అవసరమైన జాగ్రత్తలు తీసుకునేలా ప్రజలను అప్రమత్తం చేయాలని, వారం రోజులకు ఒకసారి ఇంటిలో ఉండే నీటిని బయట పారబోసే విధంగా చూడాలన్నారు. తలనొప్పి, జ్వరం, శరీరంపై దద్దుర్లు, కండరాల నొప్పులు తదితర లక్షణాలు ఉంటే సమీప ఆస్పత్రిలో పరీక్షలు చేసుకోవాలన్నారు. అలాగే పాత టైర్లు, కొబ్బరి బొండాలు ఇతర దోమలు నిల్వ ఉండే పాత పరికరాలను తీసివేసి ఇల్లు, ఇంటి పరిసరాలు శుభ్రంగా ఉంచుకునే విధంగా అవగాహన కల్పించాలన్నారు. అన్ని గ్రామాలు, మున్సిపాలిటీలలో ప్రతి శుక్రవారం డ్రై డే నిర్వహించాలని, పరిశుభ్రతతో పాటు దోమల నివారణకు అవసరమైన చర్యలు చేపట్టాలని సూచించారు. కార్యక్రమంలో ప్రోగ్రామ్ అధికారులు డాక్టర్ పద్మజా, డాక్టర్ భాస్కర్, జిల్లా మలేరియా అధికారి డాక్టర్ శశికాంత్, మాస్ మీడియా అధికారిని మంజుల, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మొక్కజొన్న క్వింటాల్ రూ.2,239

జడ్చర్ల: బాదేపల్లి వ్యవసాయ మార్కెట్‌కు శుక్రవారం వ్యవసాయ పంట దిగుబడులు పోటెత్తాయి. యార్డుకు 7,121 క్వింటాళ్ల పంట ఉత్పత్తులు విక్రయానికి వచ్చాయి. మొక్కజొన్నకు గరిష్ఠంగా రూ.2,239, కనిష్ఠంగా రూ.1,519 ధరలు లభించాయి. అదేవిధంగా ఆముదాలు రూ.5,960, జొన్నలు రూ.2,111, హంస రకం ధాన్యం గరిష్ఠంగా రూ.1,699, కనిష్ఠంగా రూ.1,689, ఆర్‌ఎన్‌ఆర్ రకం గరిష్ఠంగా రూ.2,179, కనిష్ఠంగా రూ.1,600, వేరుశనగ గరిష్ఠంగా రూ.5,832, కనిష్ఠంగా రూ.5,161 ధరలు లభించాయి.



ఫొటో తీస్తున్న మిస్ ఇండియా


పిల్లలమర్రి మహావృక్షం వద్ద సుందరీమణులను సన్మానిస్తున్న మంత్రి జూపల్లి కృష్ణారావు, ఎమ్మెల్యేలు యెన్నం శ్రీనివాస్‌రెడ్డి, కసిరెడ్డి నారాయణరెడ్డి, శ్రీహరి, మధుసూదన్‌రెడ్డి, వీర్లపల్లి శంకర్, బండ్ల కృష్ణమోహన్‌రెడ్డి, పర్ణికారెడ్డి, తదితరులు

పిల్లలమర్రిలో అందగత్తెల సందడి

తళుక్కుమన్న సుందరీమణులు

- మహావృక్షాన్ని సందర్శించిన మిస్‌వరల్డ్‌–25 పోటీదారులు
- 22 దేశాలకు చెందిన యువతుల రాక
- ఉల్లాసంగా, ఉత్సాహంగా సాగిన పర్యటన

సాక్షి ప్రతినిధి, మహబూబ్‌నగర్: మిస్ వరల్డ్–25 పోటీదారుల పిల్లలమర్రి పర్యటన ఆద్యంతం ఉత్సాహంగా సాగింది. 22 దేశాలకు చెందిన అందాల భామలు శుక్రవారం సాయంత్రం 4.53 గంటలకు తెలంగాణ టూరిజం బస్సులో మహబూబ్‌నగర్‌లోని పిల్లలమర్రికి చేరుకున్నారు. భారతదేశ, తెలంగాణ పండుగలు, సంస్కృతీ సంప్రదాయాలు ప్రతిబింబించేలా బంజారాల నృత్యాలు, డోలు వాయిద్యాల మధ్య వీరికి కలెక్టర్ విజయేందిర బోయి, ఎస్పీ జానకి ఘన స్వాగతం పలికారు. ముందుగా వారు రాజరాజేశ్వర ఆలయం, పురావస్తు మ్యూజియం.. చివరగా పిల్లలమర్రి మహావృక్షాన్ని సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులతో చిట్‌చాట్ చేశారు. మిస్‌వరల్డ్ పోటీదారుల పర్యటన నేపథ్యంలో పోలీసులు సుమారు 1,300 మందితో భారీ బందోబస్తు ఏర్పాట్లు చేశారు.




పిల్లలమర్రిలో బతుకమ్మ ఆడుతున్న మిస్‌వరల్డ్‌-2025 పోటీదారులు

మహావృక్షం వద్ద 2 గంటలు..

రాజరాజేశ్వర ఆలయం, మ్యూజియం సం**దర్శన తర్వాత** సాయంత్రం 6.01 గంట**లకు అందాల**భామలు మహావృక్షం వద్దకు **చేరుకున్నారు.** జిల్లా అటవీ అధికారి సత్య**నారాయణ** పిల్లలమర్రి చరిత్రను వివరిం**చారు. 700** ఏళ్ల నాటి ఈ వృక్షాన్ని 2018 నుంచి ఎలా సంరక్షిస్తూ వస్తున్నామనే అంశాన్ని పవర్‌పాయింట్ ప్రజెంటేషన్ ద్వారా తెలియజేశారు. అనంతరం మర్రిచెట్టు సమీపంలో 11 మొక్కలు నాటారు. ఆ తర్వాత మహావృక్షం చెంత ఏర్పాటు చేసిన స్టేజ్ వద్దకు చేరుకున్నారు. అక్కడే టీ, స్నాక్స్ తీసుకొని సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలను తిలకించారు. దాదాపు 2 గంటలు మహావృక్షం వద్దే ఉన్నారు. అనంతరం చేనేత స్టాల్స్‌ను సందర్శించారు. గద్వాల, నారాయణపేట చేనేతలు తయారు చేసిన చీరలను పరిశీలించారు. అక్కడే ఉన్న మగ్గాన్ని, వెదురుతో తయారు చేసిన వస్తువులను పరిశీలించారు.

తొలుత రాజరాజేశ్వర ఆలయం నుంచి..

పిల్లలమర్రికి చేరుకున్న అందాల భామలకు కలెక్టర్ విజయేందిర బోయి, ఎస్పీ డి.జానకి సంపంగి, లైట్ పింక్ గులాబీ పువ్వులతో తయారు చేసిన మాలలను వేసి స్వాగతం పలికారు. ముందుగా 16వ శతాబ్దం కాలం నాటి రాజరాజేశ్వర స్వామి ఆలయాన్ని సందర్శించారు. ఈ ఆలయ చరిత్రతో పాటు శ్రీశైలం ప్రాజెక్ట్ నిర్మాణంలో ఈ ఆలయం ముంపునకు గురైతే ఇక్కడికి తీసుకొచ్చి పునఃప్రతిష్ఠించినట్లు మిస్‌వరల్డ్ పోటీదారులకు గైడ్ శివనాగిరెడ్డి వివరించారు. అక్కడి నుంచి మ్యూజియం వద్దకు చేరుకోగా.. వివిధ విగ్రహాలు, శిల్పాల విశిష్టత, పాత రాతియుగం పనిముట్లు, నవీన శిలాయుగపు పనిముట్లు, బృహత్ శిలాయుగపు పాత్రలు, విజయనగర, కుతుబ్ షాహీల కాలంనాటి ఆయుధాలు, విగ్రహాల గురించి వివరించారు. మ్యూజియంలో శాతవాహనుల నుంచి అసఫ్‌జాహి రాజుల వరకు ముద్రించిన వెండి, సీసపు, రాగి, బంగారు నాణేలతో పాటు మహా శివలింగం, దాని ముందు ఉన్న నంది విగ్రహాల గురించి శివనాగిరెడ్డి వివరించారు.



విద్యార్థులతో మాటామంతీ..

మహా వృక్షం సందర్శించిన తర్వాత మిస్ వరల్డ్ పోటీదారులు జిల్లాకు చెందిన విద్యార్థులతో చిట్‌చాట్ చేశారు. నలుగురు విద్యార్థులు నాలుగు ప్రశ్నలు అడిగారు. అందులో ఓ చిన్నారి మీ మిస్ వరల్డ్ జర్నీ గురించి వివరించండని ప్రశ్నించగా.. జపాన్‌కు చెందిన పోటీదారు నవ్వుతూ సమాధానం ఇచ్చారు. మరో చిన్నారి పిల్లలమర్రి సందర్శన తర్వాత వృక్ష సంరక్షణపై మీరు ఇతరులకు అవగాహన కల్పిస్తారా? అని అడిగారు. దీనిపై ఇండియాకు చెందిన పోటీదారు మాట్లాడుతూ ఇండియన్ అని, మాది రైతు కుటుంబమని, చెట్ల గురించి తనకు తెలుసని.. వాటి పెంపకం గురించి అందరికీ అవగాహన కల్పిస్తానని వివరించారు. విశ్వ వేదికలపై మాట్లాడటానికి సూచనలివ్వాలని ఓ విద్యార్థి కోరగా.. బంగ్లాదేశ్ చెందిన కంటెస్టెంట్ సమాధానమిచ్చారు. ఆత్మవిశ్వాసంతో ముందుకెళ్లాలని చెప్పారు. చివరగా ఓ విద్యార్థి మీ చిన్ననాటి కలల గురించి చెప్పండని ప్రశ్నించగా.. నేపాల్, థాయ్‌లాండ్, ఇండియా, ఆస్ట్రేలియా, జపాన్‌కు చెందిన మిస్‌వరల్డ్ పోటీదారులు స్పందించారు.



క్లుప్తంగా

కారు ఢీకొని యువకుడి దుర్మరణం


రంగలి శ్రీకాంత్ (ఫైల్)

మరికల్: వేగంగా వచ్చి అదుపు తప్పిన ఓ కారు రెండు బైకులను ఢీ కొట్టడంతో ఒకరు మృతి చెందగా.. మరొకరికి తీవ్ర గాయాలైన ఘటన అర్ధరాత్రి మరికల్‌లో చోటుచేసుకుంది. పోలీసులు తెలిపిన వివరాల మేరకు.. మరికల్‌కు చెందిన రంగలి శ్రీకాంత్ అలియాస్ (శ్రీనివాసులు)(22), చిన్నచింతకుంట మండలం ఉంధ్యాలకు చెందిన శివారెడ్డి వేరువేరుగా రెండు బైక్‌లపై వస్తున్నారు. మరికల్ పెంట్రోల్ బంకు సమీపంలో ఎదురుగా వస్తున్న ఓ కారు అదుపు తప్పి వేగంగా రెండు బైక్‌లను ఢీకొట్టింది. క్షతగాత్రులను 108 అంబులెన్స్‌లో జిల్లా ఆస్పత్రికి తరలించారు. అక్కడే చికిత్స పొందుతూ మరికల్ చెందిన శ్రీకాంత్ మృతి చెందాడు. శివారెడ్డి పరిస్థితి విషమంగా ఉండటంతో హైదరాబాద్ నిమ్స్ ఆస్పత్రికి తరలించారు. ప్రమాదంలో మృతి చెందిన శ్రీకాంత్‌కు 14 నెలల కిందటే పెళ్లి కాగా.. భార్య హైదరాబాద్‌లో నర్సింగ్ చదువుతోంది. దీంతో మరికల్‌లో విషాదఛాయలు అలుముకున్నాయి. ఘటనపై కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు ఎస్‌ఐ రాము తెలిపారు.

చికిత్స పొందుతూ వృద్ధుడి మృతి

అడ్డాకుల: మండలకేంద్రంలోని పోలీస్‌స్టేషన్ సమీపంలో గురువారం రాత్రి జరిగిన రోడ్డు ప్రమాదంలో తీవ్రంగా గాయపడిన వృద్ధుడు ఆస్పత్రిలో చికిత్స పొందుతూ మృతి చెందినట్లు ఎస్‌ఐ ఎం.శ్రీనివాస్ తెలిపారు. కొకుంట్ల మండలం పేరూర్‌కి చెందిన ముసలన్న(60) అడ్డాకుల వద్ద రోడ్డు దాటుతుండగా కర్నూలు వైపు వెళ్లే డీసీఎం ఢీకొట్టింది. ఈ ప్రమాదంలో తీవ్రంగా గాయపడిన ముసలన్నను పోలీసులు అంబులెన్స్‌లో జిల్లా ఆస్పత్రికి తరలించారు. అక్కడ చికిత్స పొందుతూ శుక్రవారం తెల్లవారుజామున మృతి చెందినట్లు ఎస్‌ఐ తెలిపారు. ప్రమాద సమయంలో వృద్ధుడు అపస్మారక స్థితికి చేరుకోగా వివరాలు తెలియరాలేదు. తర్వాత కుటుంబ సభ్యులు పోలీసులను ఆశ్రయించడంతో వృద్ధుడిని పేరూర్‌కు చెందిన ముసలన్నగా గుర్తించి ప్రమాద ఘటనపై కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు ఎస్‌ఐ పేర్కొన్నారు.

నీటిసంపులో పడి వ్యక్తి మృతి

పాన్‌గల్: ప్రమాదవశాత్తుతో నీటి సంపులో పడి వ్యక్తి మృతి చెందిన ఘటన శుక్రవారం మండలంలో చోటు చేసుకుంది. ప్రొబేషన్ ఎస్‌ఐ హిమాబిందు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. నాగర్‌కర్నూల్ జిల్లా పెద్దకొత్తపల్లి మండలంలోని జొన్నలబొగడ తండాకు చెందిన రత్నావత్ భీమ్లానాయక్ (42) పెయింటింగ్ వేస్తూ జీవనం సాగిస్తున్నాడు. రెండు నెలల నుంచి మండలంలోని కేతేపల్లిలో ఎల్లమ్మ గుడికి పెయింటింగ్ వేసేందుకు వచ్చి, అక్కడే ఉంటూ అప్పుడప్పుడు ఇంటికి వెళ్లేవాడు. శుక్రవారం ఉదయం గుడి ముందు ఉండే నీటి సంపులో కళ్ల అద్దాలు పడిపోయాయని, వాటిని తీసేందుకు సంపులోకి దిగి ప్రమాదవశాత్తుతో నీటిలో మునిగి ఊపిరాడక చనిపోయాడు. ఈ ఘటనపై ఎలాంటి అనుమానం లేదని మృతుడి భార్య చంద్రకళ ఇచ్చిన ఫిర్యాదు మేరకు కేసు నమోదు చేసి, దర్యాప్తు చేస్తున్నామని ఎస్‌ఐ తెలిపారు. మృతుడికి కూతురు, కుమారుడు ఉన్నారు.

ప్రేమ వ్యవహారంలో మనస్తాపం యువకుడి ఆత్మహత్య

చేవెళ్ల: ప్రేమ వ్యవహారంలో మనస్తాపానికి గురైన ఓ యువకుడు ఉరేసుకుని ఆత్మహత్యకు పాల్పడ్డాడు. పోలీసులు తెలిపిన ప్రకారం వివరాలు ఇలా ఉన్నాయి.. నారాయణపేట జిల్లా దామరగిద్ద మండలం కంసాన్‌పల్లికి చెందిన కుమ్మరి రవి(22) నార్సింగి పరిధిలో ఆటో నడిపేవాడు. ఇతనికి ఓ అమ్మాయితో ప్రేమ వ్యవహారం ఉన్నట్లు సమాచారం. ఇదే విషయమై ఇరువురి మధ్య మనస్పర్థలు తలెత్తడంతో విరక్తి చెందిన రవి శుక్రవారం ఉదయం తన ఆటోలో చేవెళ్ల మండలంలోని ముడిమ్యాల అటవీ ప్రాంతానికి వచ్చి చెట్టుకు ఉరేసుకున్నాడు. ఇది గమనించిన స్థానికులు పోలీసులకు సమాచారం ఇవ్వగా ఆటో నంబర్ ఆధారంగా వివరాలు సేకరించి, కుటుంబ సభ్యులకు సమాచారం అందించారు. మృతుడి తల్లి బాబమ్మ ఫిర్యాదు మేరకు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నామని తెలిపారు.

యువకుడిపై పోక్సో కేసు నమోదు

ఖిల్లాఘనపురం: మండల కేంద్రానికి చెందిన ఓ యువకుడిపై శుక్రవారం పోక్సో కేసు నమోదు చేసినట్లు ఎస్‌ఐ సురేష్‌గౌడ్ తెలిపారు. ఆయన వివరాల ప్రకారం.. ఖిల్లాఘనపురం గ్రామానికి చెందిన ఓ యువకుడు అదే గ్రామానికి చెందిన ఓ మైనర్ బాలికను ప్రేమ పేరుతో మాయమాటలు చెప్పి బైక్‌పై ఎక్కించుకుని తిరగడంతో పాటుగా కుటుంబ సభ్యులకు తెలియకుండా పలుచోట్లకు తీసుకెళ్లాడు. విషయం తెలుసుకున్న బాలిక తండ్రి శుక్రవారం పోలీస్‌స్టేషన్‌లో ఫిర్యాదు చేయగా యువకుడిపై పోక్సో చట్టం ప్రకారం కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు ఎస్‌ఐ పేర్కొన్నారు.

పాలమూరులో అందాల భామలు


శివాలయం వద్ద మిస్‌వరల్డ్ పోటీదారులతో కలెక్టర్ విజయేందిర, ఎస్పీ జానకి, అడిషనల్ కలెక్టర్ శివేంద్ర


మొక్కలు నాటుతున్న విదేశీ సుందరీమణులు


పురాతన కళాఖండాల విశిష్టతను వివరిస్తున్న ప్రత్యేక గైడ్ శివనాగిరెడ్డి




కళాకారుల ప్రదర్శనలు తిలకిస్తున్న నాయకులు, విదేశీ అందగత్తెలు.. జాతీయ జెండాతో మిస్‌ఇండియా.. మహిళా సంఘాలు తయారు చేసిన వస్తువులను పరిశీలిస్తున్న విదేశీ వనితలు


బస్సులో తిరుగు ప్రయాణం అవుతున్న సుందరాంగులు

సంస్కృతి ప్రతిబింబించేలా ప్రదర్శనలు


మాట్లాడుతున్న రాష్ట్ర పర్యాటక శాఖ మంత్రి జూపల్లి కృష్ణారావు

సాక్షి ప్రతినిధి, మహబూబ్‌నగర్: మిస్ వరల్డ్ పోటీదారులు పిల్లలమర్రి సందర్శన నేపథ్యంలో జిల్లా అధికార యంత్రాంగం ఏర్పాటు చేసిన సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు ఆకట్టుకున్నాయి. మనదేశంలోని వివిధ రాష్ట్రాల సంస్కృతి ప్రతిబింబించేలా కళాకారులు ప్రదర్శించిన నృత్యాలు అలరించాయి. కూచిపూడి, భరతనాట్యం, ఒడియా, కథక్, కేరళ జానపద కళాకారులు సుమారు 20 నిమిషాలపాటు ప్రదర్శన ఇచ్చారు. 'మేరా ఇండియా.. ప్యారా ఇండియా' పాట సందర్భంగా మిస్ వరల్డ్ పోటీదారులు జాతీయ జెండాలను చేతబూనగా చప్పట్లతో పిల్లలమర్రి ప్రాంగణం మార్మోగింది. అనంతరం కళాకారులు ప్రదర్శించిన పేరిణి నృత్యం ఉర్రూతలూగించింది. కార్యక్రమంలో ఉమ్మడి జిల్లాకు చెందిన ఎమ్మెల్యేలు యెన్నం శ్రీనివాస్‌రెడ్డి, జి.మధుసూదన్‌రెడ్డి, వాకిటి శ్రీహరి, పర్ణికారెడ్డి, బండ్ల కృష్ణమోహన్‌రెడ్డి, కసిరెడ్డి నారాయణరెడ్డి, వీర్లపల్లి శంకర్, కొడంగల్ నియోజకవర్గ ఇన్‌చార్జి ఎనుముల తిరుపతిరెడ్డి, పాలమూరు మార్కెట్ చైర్మన్ బెక్కరి అనిత, అదనపు కలెక్టర్ శివేంద్రప్రతాప్, సాంస్కృతిక శాఖ సంచాలకులు మామిడి హరికృష్ణ, జిల్లా అధికారులు పాల్గొన్నారు.

పిల్లలమర్రి ఆధ్యాత్మిక సముదాయం..

తెలంగాణ సంస్కృతీ సంప్రదాయాలను ప్రపంచానికి చాటి చెప్పాలనే ఈ కార్యక్రమానికి శ్రీకారం చుట్టాం. మీ రాక చాలా సంతోషం కలిగించింది. ఈ ప్రాంతానికి ప్రపంచ వ్యాప్త ప్రాముఖ్యతను తెచ్చిపెట్టింది. తెలంగాణ ఆహ్లాదకరమైన వాతావరణం కలిగి ఉంటుంది. ప్రేమగల ప్రజలు ఉన్న భూమి ఇది. తెలంగాణలో సాంస్కృతిక విలువలు, జ్ఞానోదయం, వినోదం కలిసి సాగుతాయి. పిల్లలమర్రిని తెలంగాణ ప్రభుత్వం ఒక ఆధ్యాత్మిక సముదాయంగా అభివృద్ధి చేసింది. చెట్టు, ఆలయం ఆకట్టుకునే కలయికగా ఉండడమే ఇందుకు నిదర్శనం. పర్యాటకాభివృద్ధితో ఎంతో మందికి స్వయం ఉపాధి లభిస్తుంది. ఈ ప్రాంత సామాజిక అభివృద్ధికి పర్యాటక రంగం దోహదం చేస్తుంది. ఇక్కడి సంస్కృతీ సంప్రదాయాలు, పర్యాటక ప్రాంతాలను ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ప్రచారం చేయాలి. – జూపల్లి కృష్ణారావు, రాష్ట్ర పర్యాటక, ఎక్సైజ్ శాఖ మంత్రి

దేశానికే గర్వకారణం..

పిల్లలమర్రి పాలమూరు జిల్లాకే కాదు.. తెలంగాణ రాష్ట్రం, భారతదేశానికి గర్వకారణం. దీని విశిష్టతను తెలుసుకునేందుకు మిస్ వరల్డ్ పోటీదారులు రావడం ఆనందంగా ఉంది. వారు ఎన్నో తీపి జ్ఞాపకాలతో తిరిగి వెళతారు. ఈ పిల్లలమర్రి మహావృక్షం 700 సంవత్సరాల క్రితం జన్మించింది.. మరో 700 ఏళ్లు జీవించి ఉంటుంది. – యెన్నం శ్రీనివాస్‌రెడ్డి, మహబూబ్‌నగర్ ఎమ్మెల్యే

బందోబస్తు పర్యవేక్షించిన డీఐజీ

మహబూబ్‌నగర్ క్రైం: మిస్ వరల్డ్ 2025 పోటీదారుల బృందం పర్యటనకు భారీ బందోబస్తు ఏర్పాటు చేశారు. ప్రపంచ సుందరీమణుల బృందం చుట్టూ మహిళా పోలీస్ సిబ్బంది సఫారీ సూట్‌లలో రక్షణ వలగా ఉంటూ విధులు నిర్వహించారు. జోగుళాంబ జోన్ డీఐజీ ఎల్ఎస్ చౌహన్, ఎస్పీ డి.జానకి, గద్వాల ఎస్పీ తోట శ్రీనివాస్ బందోబస్తును పర్యవేక్షించారు. మెట్టుగడ్డ నుంచి పిల్లలమర్రి వరకు రోడ్డుకు ఇరువైపుల కానిస్టేబుల్స్ పహారా కాశారు.

అలంపూర్ ఆలయంలో చండీహోమాలు


చండీ హోమం చేస్తున్న భక్తులు

అలంపూర్: ఐదో శక్తి పీఠమైన అలంపూర్ క్షేత్రంలో వెలిసిన శ్రీజోగుళాంబ అమ్మవారి ఆలయంలో శుక్రవారం భక్తిశ్రద్ధలతో చండీహోమాలు నిర్వహించారు. అమావాస్య, పౌర్ణమి, ప్రతి శుక్రవారం అమ్మవారి ఆలయంలో చండీహోమాలు నిర్వహిస్తున్నట్లు పూజారులు తెలిపారు. వివిధ ప్రాంతాలకు చెందిన భక్తులు చండీహోమాల్లో పాల్గొన్నట్లు ఆలయ ఈఓ పురేందర్ కుమార్ పేర్కొన్నారు. చండీహోమాలు నిర్వహించిన భక్తులు శ్రీజోగుళాంబ, బాలబ్రహ్మేశ్వర స్వామి వారి ఆలయాల్లో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. క్షేత్రానికి భక్తులు పెద్ద సంఖ్యలో తరలి వచ్చి మొక్కులు తీర్చుకున్నారు. ఆలయ అర్చకులు వారికి తీర్థప్రసాదాలను అందజేసి ఆశీర్వచనం పలికారు. స్థానిక అన్నదాన సత్రంలో భక్తులు అన్నప్రసాదం అందజేశారు.



అమ్మానాన్నకు వందనం

ప్రపంచాన్ని పరిచయం చేసి.. నడక నేర్పి.. పదాలకు పునాది వేసే మొదటి గురువులు అమ్మానాన్నలు. వారే ప్రత్యక్ష దైవం అనే విషయాన్ని విద్యార్థుల మదిలో పదిలంగా దాచుకునేలా.. విద్యార్థులు వారి తల్లిదండ్రుల పాదాలు కడిగి పాదపూజ చేసి ఆశీర్వాదం తీసుకునే కార్యక్రమాన్ని అమరచింతలో శుక్రవారం నిర్వహించారు. అమరచింత డీఎంఆర్ఎం పాఠశాలలో వందేమాతరం ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో సమ్మర్ క్యాంపు నిర్వహిస్తుండగా.. ఇందులో గద్వాల, వనపర్తి జిల్లాల నుంచి 280 మంది విద్యార్థులు పాల్గొంటున్నారు. ఇదిలాఉండగా, పిల్లలు ప్రాథమిక దశ నుంచే తల్లిదండ్రుల పట్ల గౌరవంగా ఉండాలనే ఉద్దేశంతో శిబిరం నిర్వాహకులు తల్లిదండ్రుల పాదపూజ కార్యక్రమాన్ని చేపట్టారు. ఈమేరకు విద్యార్థులు వారి తల్లిదండ్రుల పాదాలను కడిగి పూలు చల్లి వారి ఆశీర్వాదం పొందారు. – అమరచింత

హత్య కేసులో నిందితుడి అరెస్టు


హత్య కేసుకు సంబంధించి వివరాలను వెల్లడిస్తున్న సీఐ కనకయ్య గౌడ్

నాగర్‌కర్నూల్ క్రైం: అత్యాచారం చేసి మహిళను హత్య చేసిన ఘటనలో నిందితుడిని అరెస్టు చేసినట్లు నాగర్‌కర్నూల్ సీఐ కనకయ్య గౌడ్ తెలిపారు. ఈనెల 11న కుమ్మెర శివారులో జరిగిన మహిళ హత్య కేసుకి సంబంధించి శుక్రవారం సీఐ వివరాలు వెల్లడించారు. బిజినేపల్లి మండలం వసంతాపూర్‌కి చెందిన రాములమ్మ(44) తన భర్త మృతి చెందడంతో ఒంటరిగానే జీవనం సాగిస్తోంది. ఈ క్రమంలోనే లింగసానిపల్లి గ్రామానికి చెందిన పరశురాములు తన స్నేహితుడి ద్వారా రాములమ్మను పరిచయం చేసుకుని ఫోన్ చేసి ఆమెతో మాట్లాడాడు. ఈనెల 11న బైక్‌పై కుమ్మెర శివారులోని వ్యవసాయ పొలం వద్దకు రాములమ్మను తీసుకువెళ్లి అత్యాచారం చేయడంతో పాటు హత్యకు పాల్పడ్డాడు. నిందితుడు రాములమ్మ వద్ద ఉన్న తులం బంగారు ఆభరణాలను, మూడు తులాల వెండి ఆభరణాలను తీసుకొని వెళ్లిపోయాడు. కుమ్మెర శివారులో వ్యవసాయ పొలం వద్ద కుళ్లిపోయిన స్థితిలో ఉన్న మహిళ మృతదేహాన్ని ఈనెల 14న గుర్తించిన స్థానికులు పోలీసులకు సమాచారం అందించారు. సంఘటన స్థలాన్ని పరిశీలించిన పోలీసులు మృతదేహాన్ని పోస్టుమార్టం నిమిత్తం జనరల్ ఆస్పత్రి మార్చురీకి తరలించి కేసు నమోదు చేసుకొని దర్యాప్తు ప్రారంభించారు. దర్యాప్తులో భాగంగా మృతురాలి సెల్‌ఫోన్ డేటాను తీసుకొని విచారణ జరిపిన పోలీసులు నిందితుడి ఫోన్ నంబర్‌పై అనుమానంతో శనివారం లింగసానిపల్లి గ్రామానికి వెళ్లి పరశురాములును అదుపులోకి తీసుకొని విచారించారు. దీంతో మహిళను అత్యాచారం చేసి హత్య చేసినట్లు ఒప్పుకున్నట్లు సీఐ వెల్లడించారు. నిందితుడు నుంచి బంగారు, వెండి ఆభరణాలను స్వాధీనం చేసుకొని రిమాండ్‌కు తరలించినట్లు సీఐ తెలిపారు. సమావేశంలో ఎస్సై గోవర్ధన్ పోలీసు సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

నిప్పంటుకొని గుడిసె దగ్ధం



చిన్నంబావి: మండలంలోని అయ్యావారిపల్లి గ్రామంలో బీజేపీ నాయకుడు చెన్నయ్య యాదవ్‌కు చెందిన గుడిసె నిప్పంటుకొని దగ్ధమైంది. గురువారం అర్ధరాత్రి సమయంలో ఒక్కసారిగా మంటలు చెలరేగి గుడిసె కాలిపోయింది. సమాచారం అందుకున్న ఎస్‌ఐ జగన్మోహన్ సంఘటన స్థలాన్ని పరిశీలించి వివరాలు సేకరించారు. అగ్నిప్రమాదంలో ఎలాంటి ప్రాణ నష్టం జరగలేదని ఇంట్లో సామగ్రి మొత్తం కాలిపోయిందన్నారు. ఈ ప్రమాదం ప్రమాదవశాత్తు జరిగిందా లేక ఎవరైనా కావాలని చేశారా అనే దానిపై విచారణ జరుపుతున్నట్లు తెలిపారు.

వనపర్తి జానపద నృత్యానికి గుర్తింపు

వనపర్తిటౌన్: హైదరాబాద్‌లోని రవీంద్రభారతిలో గురువారం రాత్రి అక్షిత ఫౌండేషన్, నటరాజ అకాడమీ సంయుక్తంగా రాష్ట్రస్థాయి కళా ఉత్సవాలు నిర్వహించారు. రాష్ట్రస్థాయిలో ఏకపాత్రాభినయాలు, సామూహిక నృత్య ప్రదర్శనలు 200 వరకు వచ్చాయి. ఇందులో వనపర్తి నుంచి యశ్వంత్ అకాడమీకి చెందిన పదేళ్లలోపు నలుగురు బాలికలు, ఇద్దరు బాలురు ప్రదర్శించిన జానపద నృత్య ప్రదర్శనకు ఐకాన్ అవార్డు దక్కింది. ఈ అవార్డును డ్యాన్స్ మాస్టర్ యశ్వంత్, విద్యార్థులకు ఎస్సీ కార్పొరేషన్ మాజీ చైర్మన్ ఎర్రోళ్ల శ్రీనివాస్, అక్షిత ఫౌండేషన్, నటరాజ అకాడమీ ప్రతినిధులు అందజేశారు.

నిలకడగా రామన్‌పాడు నీటిమట్టం

మదనాపురం: మండలంలోని రామన్‌పాడు జలాశయంలో నీటిమట్టం నిలకడగా కొనసాగుతోంది. తాగునీటి కోసం 20 క్యూసెక్కుల నీటిని వినియోగిస్తున్నారు. పూర్తి స్థాయి నీటిమట్టం 1,021 అడుగులకు గాను శుక్రవారం నాటికి 1,015 అడుగులకు వచ్చి చేరింది. జూరాల ఎడమ కాల్వ, సమాంతర కాల్వ ద్వారా వచ్చే నీటిని నిలిపివేశామని ఏఈ వరప్రసాద్ తెలిపారు.

కౌలు వేలం మూడోసారి వాయిదా

అలంపూర్: అలంపూర్ ఆలయ భూముల కౌలు వేలం శుక్రవారం నిర్వహించగా ముచ్చటగా మూడోసారి వాయిదా పడింది. మొదటిసారి ఏప్రిల్ 21న ఆలయాలకు సంబంధించిన అన్ని సర్వేనంబర్లకు కౌలు వేలం నిర్వహించగా సరైన ధర రాక 6 సర్వేనెంబర్ల భూముల వేలాన్ని ఆలయ అధికారులు వాయిదా వేశారు. తిరిగి రెండోసారి ఈ నెల 2న మిగిలిన సర్వేనంబర్ల భూములకు వేలం నిర్వహించగా ఇద్దరు మాత్రమే డిపాజిట్ చేయడంతో వేలం రద్దు చేశారు. మూడోసారి శుక్రవారం 253 సర్వేనంబర్‌కు ఇద్దరు, 346/1, 346/3 సర్వేనంబర్లకు ఒకరు డిపాజిట్ చెల్లించినట్లు ఆలయ ఈఓ పురేందర్‌కుమార్ తెలిపారు. వేలంపాట షరతు మేరకు ముగ్గురు డిపాజిట్ చెల్లించాల్సి ఉండటంతో వేలం రద్దు చేసినట్లు ఈఓ పేర్కొన్నారు. దేవాదాయ, ధర్మదాయ ప్రాంతీయ సంయుక్త కమిషనర్‌కు ఈ విషయమై నివేదిక అందిస్తామని.. వారి ఆదేశాల మేరకు మిగిలిన భూముల కౌలు వేలం నిర్వహించనున్నట్లు చెప్పారు.

క్రికెట్ మ్యాచ్‌లో ఘర్షణ

- రెండు గ్రామాల యువకుల మధ్య గొడవ
- ఒక యువకుడికి తీవ్ర గాయాలు, చికిత్సపొందుతూ మృతి
- ఐదుగురిపై కేసు నమోదు


ఆంజనేయులు (ఫైల్)

అమరచింత: ఆట మధ్యలో ఏర్పడిన చిన్న వివాదం ఓ ప్రాణం తీసింది. క్రికెట్ మ్యాచ్‌లో గొడవపడి రెండు గ్రామాల యువకులు ఒకరిపై ఒకరు దాడి చేసుకోవడంతో... తీవ్రంగా గాయపడిన ఓ యువకుడు చికిత్స పొందుతూ మృతి చెందాడు. వనపర్తి జిల్లా అమరచింత మండలంలో చోటు చేసుకున్న వివరాలు ఇలా ఉన్నాయి.. మండంలోని ధర్మపురం గ్రామానికి చెందిన యువకులతో పాటు సమీప గ్రామం నాగల్‌కడ్మూర్ యువకులు కలిసి మూడు రోజుల కిందట క్రికెట్ మ్యాచ్ ఆడారు. ఈ క్రమంలో ఇరు గ్రామాల యువకుల మధ్య ఆట విషయంలో వాగ్వాదం చోటు చేసుకుంది. మాటామాటా పెరిగి ఘర్షణకు దారితీసింది. ఈ క్రమంలో నాగల్‌కడ్మూర్‌కు చెందిన యువకులు దాడిలో ఆంజనేయులు(32) తీవ్రంగా గాయపడ్డాడు. ఆయనను వెంటనే హైదరాబాద్ ఆస్పత్రికి తరలించగా... అక్కడే చికిత్స పొందుతూ గురువారం అర్ధరాత్రి మృతి చెందాడు. దీంతో మృతుడి భార్య మహేశ్వరి తన భర్తను ఉద్దేశపూర్వకంగానే కొట్టి చంపారని పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేశారు. కేసు నమోదు చేసుకున్న అనంతరం ఆంజనేయులు మృతదేహాన్ని ఆత్మకూర్ ప్రభుత్వ ఆస్పత్రికి పోస్టుమార్టం నిమిత్తం తరలించారు. ఫిర్యాదులో పేర్కొన్న నిందితులు సురేందర్‌రెడ్డి, బన్నీ, రవి, వెంకటేష్, తిరుమలేష్‌లను అదుపులోకి తీసుకున్నట్లు సీఐ శివకుమార్ వెల్లడించారు.

■ మృతుడు ఆంజనేయులు కుటుంబాన్ని న్యాయం చేయాలని బాధిత కుటుంబసభ్యులు డిమాండ్ చేయడంతో నాగల్‌కడ్మూర్ గ్రామ పెద్దలు శుక్రవారం ధర్మపురం గ్రామానికి చెందిన వ్యక్తులతో చర్చించారు. కూలీ పనులు చేసుకుంటూ జీవనం సాగిస్తున్న ఆంజనేయులుకు భార్య, ఇద్దరు కుమారులు ఉండడంతో వారిని ఆదుకోవాలని నిర్ణయించారు. నిందితుల ద్వారా రూ.12.70 లక్షలు ఇప్పించేందుకు ఒప్పందం చేశారు.

ఎక్సైజ్ దాడుల్లో నల్ల బెల్లం పట్టివేత


ఎక్సైజ్ దాడుల్లో నల్ల బెల్లాన్ని పట్టుకున్న సీఐ కరుణ

కొత్తకోట: కొత్తకోట ఎక్సైజ్ శాఖ సర్కిల్ ఆధ్వర్యంలో శుక్రవారం నిర్వహించిన రూట్ వాచ్ దాడుల్లో నల్ల బెల్లంను తరలిస్తున్న రెండు వాహనాలను ఎక్సైజ్ పోలీసులు స్వాధీనం చేసుకున్నారు. కొత్తకోట ఎక్సైజ్ సీఐ కరుణ తెలిపిన వివరాల మేరకు కర్నూలు నుంచి పెబ్బేరు ఆటోలో 750 కేజీల నల్ల బెల్లాన్ని తరలిస్తున్న మోహన్‌కుమార్ అనే వ్యక్తిని పట్టుకున్నట్లు ఆమె తెలిపారు. చిత్తూరు నుంచి మహారాష్ట్రకు బొలెరో వాహనంలో 3,500 కేజీల నల్ల బెల్లాన్ని తరలిస్తున్న సుబ్రహ్మణ్యంను అదుపులోకి తీసుకున్నట్లు వెల్లడించారు. రెండు వాహనాలపై కేసు నమోదు చేసినట్లు ఆమె తెలిపారు. ఈ దాడుల్లో ఎక్సైజ్ పోలీసులు ఎస్సై పృథ్వీ రాజ్, కానిస్టేబుల్స్ నాగరాణి, తిరుమలేష్, జనార్దన్, వినోద్ పాల్గొన్నారు.

హైదరాబాద్ లో జరిగే 72వ మిస్ వరల్డ్ ఫెస్టివల్ లో చెక్ రిపబ్లిక్‌కు ప్రాతినిధ్యం వహిస్తుంది అడెలా స్ట్రాఫెకోవా. 21 ఏళ్ల ఈ బ్యూటీ మోడల్, ఫిట్నెస్ ట్రైనర్, ఈవెంట్ ఏజెన్సీ మేనేజింగ్ డైరెక్టర్‌గా కూడా పనిచేస్తోంది. కనెక్టింగ్ హార్ట్స్ అక్రాస్ జనరేషన్స్ పేరుతో రెండు, మూడు తరాల వారిని ఒకచోట చేర్చడం, ప్రేమ, దయ, స్నేహపూరిత వాతావరణాన్ని వ్యాప్తి చేయడంపై దృష్టి పెడుతుంది. 'ఏదైనా సాధించాలనుకోవడానికి ముందు తమకు నిజంగా ఏం కావాలో తెలుసుకోవడం ముఖ్యం' అంటూ తన గురించి తెలియజేసింది.

మనల్ని మనం తెలుసుకోవడమే..



అడెలా స్ట్రాఫెకోవా: చెక్ రిపబ్లిక్

''అందాల కిరీటం అనేది ఒక ఏడాది వరకే. కానీ, చాలామందితో కనెక్ట్ అవ్వచ్చు. నా కల ఒక్కటే! మిస్ వరల్డ్‌గా నన్ను నేను చూసుకోవాలి. నా చిన్నప్పటి నుంచే ఈ ఆలోచన ఉండేది. మా అమ్మ మేకప్ వస్తువులన్నీ నేనే వాడేసేదాన్ని. అమ్మ డ్రెస్సులు, హీల్స్ వేసుకొని ఇంట్లో తిరిగేదాన్ని. పదిహేనేళ్ల వయసు నుంచి అందాల పోటీలలో పాల్గొంటూ వచ్చాను. పదిహేడేళ్ల వయసులో మొదటి సారి ప్రపంచ పోటీలో పాల్గొన్నాను.

> అందాల పోటీలలో పాల్గొనడమంటే అన్ని విధాల తమని తాము మానసికంగా, శారీరకంగా సంసిద్ధులను చేసుకోవడమే.

విజయసాధనకు..

బ్యూటీ కాంటెస్ట్‌లో చాలా ఛాలెంజెస్ ఉంటాయి. వివిధ రంగాలలో మమ్మల్ని పరీక్షిస్తారు. వాటిలో పాల్గొన్నప్పుడు కొంత ఆందోళనగా కూడా ఉంటుంది. కానీ, నన్ను నేను నిరూపించుకోవడానికి ముఖ్యమైన సమయం అదే. మిస్ బ్యూటీ కావాలని కలలు కనే యువతులు అనుకరించడం కాదు. ముందు తామేం కావాలని కోరుకుంటున్నారో తెలుసుకోవడం ముఖ్యం. నిజంగా ఏదైనా కోరుకుంటే 200 శాతం ప్రయత్నించాలి. అప్పుడే విజయం సాధించగలం. ఒక్క మిస్ విషయమే కాదు నేను ఏదైనా కోరుకున్నప్పుడు విజయం కోసం నా వంతుగా మొత్తం ప్రాణం పెట్టేస్తాను. అలాగే, విజయాలూ సాధించాను. కోరుకున్నది పొందాలంటే సరైన సమయం, శక్తి, దృష్టి పెడితే అదే మనకు అదృష్టంగా మారుతుంది. అందాల పోటీలలో పాల్గొనడమంటే అన్ని విధాల తమని తాము మానసికంగా, శారీరకంగా సంసిద్ధులను చేసుకోవడమే.

ఫిట్‌నెస్ ట్రైనర్

నాకు చిన్నప్పటి నుంచి క్రీడలంటే చాలా ఇష్టం. స్విమ్, రన్నింగ్, హార్స్ రైడింగ్ చేస్తాను. మోడలింగ్ నా కెరియర్. జీవనాధారం కూడా అదే. ఫిట్‌నెస్ ట్రైనర్‌గా కోచింగ్ ఇస్తాను. ఆ సమయంలో చాలా ఆనందిస్తాను. ఫిట్‌నెస్ గురించి నేను చెప్పే విషయాలు వినడమే కాదు, వాళ్లు ఆచరణలో పెడతారు. ఓ గొప్ప సమాజమే నాతో పాటు ఉందనిపిస్తుంది. వారితో నా అనుభవాలను పంచుకోవడం కూడా నాకు చాలా ఇష్టం. వారానికి కనీసం రెండుసార్లు ఫిట్‌నెస్ గ్రూప్‌లకు కోచ్‌గా పనిచేస్తాను.

నాకు ప్రస్తుతం ఉన్న క్షణం చాలా ముఖ్యమైనది. అందుకే ఈ క్షణంలో మాత్రమే జీవిస్తాను. సాధ్యమైనంత వరకు ప్రపంచాన్ని తెలుసుకోవాలి అనుకుంటాను.

ఫ్యాషన్ గురించి

ఒక వ్యక్తి తన వ్యక్తిత్వాన్ని తను ధరించే దుస్తుల ద్వారానే వ్యక్తపరచగలడు. మేం చెక్ రిపబ్లిక్‌లో స్థిరపడినా వివిధ దేశాలకు సంబంధించిన దుస్తుల్లో నన్ను నేను చూసుకుంటాను'' అని వివరించారీ బ్యూటీ.

– నిర్మలారెడ్డి
ఫొటోలు: ఎస్.ఎస్. ఠాకూర్



● సంకల్ప బలం

వెయిట్ లిఫ్టర్ బామ్మ @70

వరల్డ్ స్ట్రెంత్ గేమ్స్‌కి రెడీ

అరవై ఎనిమిది సంవత్సరాల వయసులో జిమ్‌లోకి అడుగు పెట్టిన రోషిణి... ఇప్పుడు ఎన్నో వ్యాయామాలలో ఆరి తేరింది. వెయిట్ లిఫ్టింగ్‌లో పట్టు సాధించింది. అమెరికాలో జరగబోయే 'వరల్డ్ స్ట్రెంత్ గేమ్స్'లో పాల్గొనడానికి రెడీ అవుతోంది 70 సంవత్సరాల రోషిణి.

కుమారుడితో కలిసి ఢిల్లీలో ఉంటున్న రోషిణికి ఎడమ కాలి మోకాలినొప్పి మొదలైంది. మెట్లు ఎక్కడం, నడవడం కష్టంగా మారింది. ఆమె ఎడమ మోకాలికి ఆస్టియో ఆర్థరైటిస్ ఉన్నట్లు గుర్తించారు. కుడి చూపుడు వేలు బలహీన పడింది.

ఫిజియో థెరపీ మొదలు పెట్టింది.

'ఈ టైమ్‌లో అమ్మకు జిమ్ అవసరం ఉంది' అనుకున్నాడు ఆమె కుమారుడు, ఫిట్‌నెస్ కోచ్ అయిన అజయ్.

68 సంవత్సరాల వయసులో తొలి సారిగా జిమ్‌లోకి అడుగు పెట్టింది రోషిణి.

మెల్ల మెల్లగా ఆమెకు సాంత్వన చేకూరింది.

స్ట్రెచ్చింగ్, మూమెంట్ ఎక్సర్‌సైజ్‌లతో మొదలుపెట్టి వర్కవుట్స్‌ను ఎంజాయ్ చేయడం మొదలుపెట్టింది. రెగ్యులర్ ట్రైనింగ్ వల్ల చేయి బలపడింది. రోజువారీ పనులు కష్టంగా అనిపించేవి కాదు.

జిమ్ ఉత్సాహం ఆమెను వెయిట్ లిఫ్టింగ్ వైపు తీసుకువచ్చింది.

ఇప్పుడు రోషిణి ట్రాప్‌బార్ డెడ్‌లిఫ్ట్‌లో 97 కేజీల బరువు ఎత్తుతుంది.

80 కేజీల కన్వెన్షల్ డెడ్‌లిఫ్ట్స్ చేస్తుంది.

50 కేజీల స్క్వాట్స్ చేస్తుంది.

120 కేజీల లెగ్ ప్రెస్ చేస్తుంది.

4 నిమిషాల పాటు ప్లాంక్ పట్టుకోగలదు.

ప్రతిరోజూ రెండు గంటలు స్ట్రెంత్ ట్రైనింగ్, కార్డియో చేస్తుంది.

'దువ్వెన పట్టుకోవడం కూడా కష్టమే అని ఒకప్పుడు డాక్టర్లు అమ్మ గురించి చెప్పారు' అని గతాన్ని గుర్తు చేసుకున్నాడు అజయ్. జిమ్‌లో వర్కవుట్స్ పుణ్యమా అని ఇప్పుడు రోషిణికి ఇన్‌స్టాగ్రామ్‌లో వేలాదిమంది ఫాలోవర్స్ ఉన్నారు. వారు ఆమెను ప్రేమగా 'వెయిట్‌లిఫ్టర్ మమ్మీ' అని పిలుచుకుంటారు.

డైట్ విషయానికి వస్తే...

'ఎలాంటి రిస్ట్రిక్షన్‌లు లేవు. నాకు దహి బల్లే అంటే చాలా ఇష్టం. అలా అని అదేపనిగా తినను. అప్పుడప్పుడు మాత్రమే తింటాను. ఏదైనా ఎక్కువ తీసుకోవడం మంచిది కాదు' అంటుంది ఇంటి భోజనాన్ని ఇష్టపడే రోషిణి.


● అజయ్, రోషిణి

వచ్చే సంవత్సరం అమెరికాలో జరిగే 'వరల్డ్ స్ట్రెంత్ గేమ్స్'కి ఆమెకు ఆహ్వానం అందింది.

ప్రస్తుతం రోషిణి ఆ ఈవెంట్ కోసం ప్రాక్టీస్ చేస్తోంది.

'ఒకప్పుడు నేను ఇంటికే పరిమితమయ్యేదాన్ని. ఇప్పుడు మాత్రం బయటికి వెళుతున్నాను. రకరకాల కార్యక్రమాలలో పాల్గొంటున్నాను. ఇప్పుడు సంతోషంగా ఉంది' అంటుంది రోషిణి.

'సీనియర్ సిటిజన్స్ జిమ్‌లో వ్యాయామాలు చేసినప్పుడు అది వాళ్లకు సంబంధించిన విషయం మాత్రమే కాదు. వారి నుంచి యువతరానికి సందేశం అందుతుంది' అంటున్నాడు అజయ్.

ఎండాకాలం వచ్చిందంటే గృహిణులకు చేతినిండా పనే.
ఎండను డబ్బాల్లో దాచి పెట్టాల్సిందే...
అప్పడాలు, వడియాల పని పట్టాల్సిందే!
పప్పులో.. పులుసులో.. సాంబారులో.. రసంలో...
ఇలా దేనిలో నంచుకున్నా ఆ రుచి అదుర్స్.
అన్నింటినీ మించి అప్పడం ఒక్కటి ఉంటే చాలు...
విందు భోజనం చేసిన ఫీలింగ్ వచ్చేస్తుంది.
అయితే ఎప్పటిలా రొటీన్ రుచులు కాకుండా
కాస్త వెరైటీ అప్పడాలివి... ప్రయత్నించి చూస్తారా?

అప్పడాలతో అదిరే విందు

వంటిల్లు

సగ్గుబియ్యం అప్పడాలు

కావలసినవి: సగ్గుబియ్యం – ఒక కప్పు (కడిగి, సగ్గుబియ్యం రకాన్ని బట్టి, 3 గంటలు లేదా రాత్రి అంతా నానబెట్టుకోవాలి); నీరు – సరిపడా; ఉప్పు – తగినంత; జీలకర్ర – అర టీస్పూన్; నువ్వులు – ఒక టీ స్పూన్ (అభిరుచిని బట్టి); పచ్చిమిర్చి పేస్ట్ – ఒక టీస్పూన్ (అభిరుచిని బట్టి); నిమ్మ రసం – అర టీస్పూన్.



తయారీ: ముందుగా మందపాటి గిన్నెలో 4 కప్పుల నీరు పోసి మరిగించాలి. నీరు మరుగుతున్నప్పుడు, నానబెట్టిన సగ్గుబియ్యంలోని నీరు వంపేసి, మరిగే నీటిలో వేసుకోవాలి. కాసేపటికి ఉప్పు, జీలకర్ర, నువ్వులు, పచ్చిమిర్చి పేస్ట్ వేసుకుని బాగా కలుపుకోవాలి. మంటను మీడియంకు తగ్గించి, సగ్గుబియ్యం పూర్తిగా ఉడికే వరకూ అడుగంటకుండా, మధ్య మధ్యలో కలుపుతూ ఉండాలి. సగ్గుబియ్యం ఉడికిన తర్వాత, అది జిగురుగా మారుతుంది. ఒకవేళ మరీ గట్టిగా అనిపిస్తే కొద్దిగా నీరు కలపవచ్చు. చివరగా నిమ్మరసం కలిపి ఒకసారి కలుపుకొని స్టవ్ ఆఫ్ చేయాలి. ఈ మిశ్రమం కొద్దిగా చల్లారనివ్వాలి. మరీ పూర్తిగా చల్లారకుండా, గోరువెచ్చగా ఉండగానే, ఒక ప్లాస్టిక్ షీట్‌ను ఎండలో లేదా ఇంట్లోనే నేల మీద పరచుకుని, ఒక చిన్న స్పూన్ సహాయంతో కొద్ది కొద్దిగా సగ్గుబియ్యం మిశ్రమాన్ని గుండ్రంగా లేదా మీకు నచ్చిన ఆకారంలో అప్పడాల్లాగా వేసుకోవాలి. ఒకదానికొకటి కాస్తంత దూరం ఉంచాలి. వీటిని 2 లేదా 3 రోజుల పాటు ఎండలో బాగా ఆరనివ్వాలి. అప్పడాలు గట్టిగా తయారవ్వాలి. ఒకవైపు ఆరిన తర్వాత రెండోవైపుకు తిప్పి ఆరబెట్టాలి. అప్పడాలు పూర్తిగా ఆరిన తర్వాత, వాటిని ఒక ఎయిర్ టైట్ కంటైనర్‌లో నిల్వ చేసుకోవచ్చు. ఇవి చాలా కాలం నిల్వ ఉంటాయి.

మిరియాల అప్పడాలు



కావలసినవి: బియ్యం పిండి – ఒక కప్పు; మిరియాల పొడి – 2 టీస్పూన్లు; ఉప్పు – తగినంత; జీలకర్ర పొడి– అర టీస్పూన్; వంట సోడా – చిటికెడు; నీళ్లు – కొద్దిగా; నూనె – డీప్ ఫ్రైకి సరిపడా.

తయారీ: ఒక గిన్నెలో కప్పు నీళ్లు పోసి మరుగుతుండగా మిరియాల పొడి, ఉప్పు, జీలకర్ర పొడి, వంటసోడా వేయాలి. కాసేపు మరిగాక అందులో బియ్యం పిండి వేసి అడుగంటకుండా బాగా కలపాలి. స్టవ్ మీదినుంచి దించేసి కాస్త చల్లారాక అందులో రెండు స్పూన్ల నూనె వేసి మరోసారి కలిపి, చిన్న చిన్న ఉండలుగా చేసుకోవాలి. ఒక ప్లాస్టిక్ షీట్‌పై కొద్దిగా నూనె రాసి, ఒక్కో ఉండను పలుచని గుండ్రని అప్పడాల ఆకారంలో ఒత్తుకోవాలి. వీటిని ఎండలో ఒకటి లేదా రెండు రోజుల పాటు బాగా ఎండనివ్వాలి. బాగా ఎండిన తర్వాత వాటిని ఒక గాలి చొరబడని డబ్బాలో నిల్వ చేసుకోవచ్చు.

టమాటో అప్పడాలు



కావలసినవి: టమాటోలు – అరకేజీ; బియ్యం పిండి – రెండు కప్పులు; సగ్గుబియ్యం – కప్పు (నానబెట్టినవి); పచ్చిమిర్చి – 2 లేదా 3 (కట్ చేసి పేస్ట్‌లా చేసుకోవాలి); ఉప్పు – తగినంత; జీలకర్ర పొడి– టీస్పూన్; నూనె – డీప్ ఫ్రైకి సరిపడా

తయారీ: టమాటోలను బాగా కడిగి, కట్ చేసి, మెత్తగా, గుజ్జులా చేసుకోవాలి. ఒక గిన్నెలో బియ్యంపిండి, నానబెట్టిన సగ్గుబియ్యం, టమాటో గుజ్జు, తరిగిన పచ్చిమిర్చి పేస్ట్, ఉప్పు, జీలకర్ర పొడి వేసి బాగా కలపాలి. అవసరమైతే కొద్దిగా నీరు చేర్చి మెత్తని పిండిలా చేసుకోవాలి. ఈ పిండిని చిన్నచిన్న ఉండలుగా చేసుకోవాలి. ఒక ప్లాస్టిక్ షీట్‌పై కొద్దిగా నూనె రాసి, ఒక్కో ఉండను పలుచని అప్పడాల ఆకారంలో ఒత్తుకోవాలి. ఈ అప్పడాలను ఎండలో 2 లేదా 3 రోజుల పాటు బాగా ఆరనివ్వాలి. పూర్తిగా ఆరిన తర్వాత వాటిని నిల్వ చేసుకోవచ్చు.

స్వేచ్ఛగా .. రెక్కలు విప్పేలా...

అమ్మాయిలకు చదువు కాదుకదా.. కనీసం వ్యక్తిగత శుభ్రత పాటించే వెసులుబాటు కూడా లేని చోట అందాల పోటీలంటే ఆనందంగా సాగనంపుతారా? పంపరు! అయోమ్ టీటో మతీజ్‌కు కూడా తీవ్ర నిరసన ఎదురైంది! అయినా వెనకడుగు వేయకుండా అందాల పోటీలకు అటెండ్ అయింది..
మిస్ సౌత్ సుడాన్‌గా కిరీటం ధరించి మిస్ వరల్డ్‌కి పోటీపడ్డానికి హైదరాబాద్ చేరుకుంది. తన దేశ పరిస్థితులు, వ్యక్తిగత వివరాలు, తన లక్ష్యం వగైరా ఆమె మాటల్లోనే...



అయోమ్ టీటో మతీజ్, మిస్ సౌత్ సుడాన్

''లా చదివాను. లీగల్ అసిస్టెంట్‌గా పనిచేస్తున్నాను. సౌత్ సుడాన్‌లో పుట్టాను. కానీ అక్కడి రాజకీయ అనిశ్చితి వల్ల మా అమ్మ మమ్మల్ని తీసుకుని కెనడాకు వలస వచ్చేసింది. అందుకే నేను అక్కడే పెరిగాను. మా నాన్న, ఆయన తరపు, అమ్మ తరపు బంధువులంతా సౌత్ సుడాన్‌లోనే ఉండిపోయారు. మా అమ్మ కెనడాలో టీచర్‌గా ట్రెన్ అయ్యి, మా సొంత దేశంలోని పిల్లలకు మంచి స్కూల్‌ను ఏర్పాటు చేయడానికి తిరిగి సుడాన్ వచ్చేసింది. దాదాపు 20 ఏళ్ల తర్వాత 2019లో నేను మా కుటుంబాన్ని చూడ్డానికి నా సొంత దేశానికి వెళ్లాను. ఎమోషనలే కాదు.. కొంచెం షాక్ కూడా అయ్యాను. కెనడాలో నేను ఆస్వాదించిన జీవితం, సౌత్ సుడాన్‌లో మా వాళ్లంతా అనుభవిస్తున్న జీవితాన్ని బేరీజు వేసుకుని. అప్పుడే డిసైడ్ చేసుకున్నాను నా దేశ ప్రజలకూ ఉన్నత ప్రమాణాల జీవితం అందేలా కృషి చేయాలని! కోవిడ్ తర్వాత వచ్చేశాను. సర్వీస్ మొదలుపెట్టాను. నా బ్యూటీ విత్ పర్పస్ అదే!

అందాల పోటీలకు వ్యతిరేకం

అందాల పోటీల పట్ల సౌత్ సుడాన్‌లో చాలా వ్యతిరేకత ఉంది. నేను మిస్ సౌత్ సుడాన్ పాజెంట్‌లో పాల్గొంటున్నప్పుడు, ఇప్పుడు కూడా నిరసన ఎదురైంది. కానీ నా దృష్టిలో ఈ పోటీలు స్కిన్ షో కాదు. వైవిధ్యమైన సంస్కృతులు, భాషలు, జీవనశైలులను పరిశీలించే, అధ్యయనం చేసే అవకాశాన్నిచ్చే వేదిక. ఆత్మవిశ్వాసాన్ని పెంపొందిస్తుంది. సర్దుబాటు, సహనాన్ని నేర్పిస్తుంది. ఇవన్నీ కూడా నా సామాజిక బాధ్యతను మెరుగ్గా నిర్వర్తించేందుకు తోడ్పడతాయి. అందుకే నిరసనను ఎదుర్కొని మరీ ఈ పోటీకి వచ్చాను. అంతేకాదు ఈ పోటీలు ఒకరినొకరు తెలుసుకుని, అర్థం చేసుకుని, ఒకరికొకరు సాయం అందించుకునే స్ఫూర్తినీ పంచుతాయి. మహిళలకు అలాంటి స్ఫూర్తి, ప్రేరణ అవసరం. దానికి అందాల పోటీలే కావాలా అంటారేమో! స్త్రీకి స్త్రీయే శత్రువు అనే నానుడి ప్రపంచ వ్యాప్తంగా పాతుకుపోయి.. అది స్త్రీల సహజ లక్షణమనే అభిప్రాయమూ అంతే లోతుగా నాటుకుపోయింది. దాన్ని అబద్ధమని నిరూపిస్తున్నాయి ఈ పోటీలు! కొన్ని దేశాల పేర్లే తెలియవు నేనీ కంటెస్ట్‌కి వచ్చేదాకా! అందుకే పట్టుబట్టి మరీ ఈ పోటీకి వచ్చాను. ఇక్కడి వైవిధ్యత, ఆధ్యాత్మికత నన్ను చాలా ఇన్‌స్పైర్ చేశాయి. ఈ దేశంలోని వాళ్లను చూస్తే నాకు ఫారినర్స్‌గా అనిపించరు. మా వాళ్లలాగే అనిపిస్తారు. ఎప్పుడో ఎక్కడో తప్పిపోయి.. ఇప్పుడు కలుసుకుంటున్నామేమో అనిపిస్తోంది! తెలంగాణ గురించి చెప్పుకోవాల్సి వస్తే ఇక్కడి ఎడ్యుకేషన్, మెడికల్ కేర్ గురించి కచ్చితంగా మాట్లాడుకోవాలి. ప్రపంచ ప్రమాణాలతో పోటీపడుతున్నాయి. సౌత్ సుడాన్ యువత తమ ఉన్నత చదువుల కోసం హైదరాబాద్‌కే వస్తోంది. మా దేశంలోని చాలామంది ప్రజలు ఆరోగ్య అవసరాల కోసం ఇక్కడి హాస్పిటల్స్‌నే ఆశ్రయిస్తున్నారు.

బాల్య వివాహాలు.. బలవంతపు పెళ్లిళ్లు

ప్రపంచంలోని అనేక దేశాల్లాగే సౌత్ సుడాన్‌లోనూ పురుషాధిపత్యమే! కొడుకుకే ప్రాధాన్యం. అమ్మాయికి వ్యక్తిగత శుభ్రత విషయంలోనూ ఆర్థికపరమైన వెసులుబాటు ఉండదు. బాల్యవివాహాలు, బలంతపు పెళ్లిళ్లు కామన్. ఇక చదువుకునే అవకాశమెక్కడిది? నేను ఇక్కడిదాకా రాగలిగాను అంటే మా అమ్మే కారణం. మమ్మల్ని ఆమె కెనడా గనుక తీసుకు వెళ్లకపోయుంటే నా పరిస్థితి ఎలా ఉండేదో (ఈ మాట చెబుతున్నప్పుడు ఆమె కళ్లల్లో నీళ్లు). నాకింకా గుర్తు.. ఆమె లగేజ్ సర్దుతుంటే 'మనం ఎక్కడికి వెళ్తున్నాం?' అని అడిగాను. 'మీరు స్వేచ్ఛగా మీకు నచ్చింది చదువుకునే ఛాన్స్ ఉన్న చోటికి' అని చెప్పింది! మేం నలుగురు అక్కచెల్లెళ్లం. మాకొక తమ్ముడు. అందరినీ సింగిల్ పేరెంట్‌గానే పెంచింది అమ్మ. ఎలాంటి అవకాశాల కోసం అమ్మ మమ్మల్ని కెనడాకు తీసుకెళ్లిందో అలాంటి అవకాశాలనే సౌత్ సుడాన్‌లోని అమ్మాయిలకూ కల్పిస్తోంది తాను నడిపిస్తున్న స్కూల్ ద్వారా! ఆమె చేస్తున్న ఆ సర్వీస్‌కి నేనూ శాయశక్తుల సాయపడుతున్నాను. మా దేశంలోని యంగ్ గర్ల్స్‌కి నేను మెంటర్‌గా ఉండాలి! వాళ్ల కలలను సాకారం చేసుకునేలా నేను తోడ్పడాలి. వాళ్లకు రెక్కలున్నాయనే విషయాన్ని గ్రహించేలా చేయాలి. సాధికారతకు, సామాజిక బాధ్యతకు ఐకాన్స్‌గా ఉండి, తర్వాత తరాలను ఇన్‌స్పైర్ చేసేలా వాళ్లను తీర్చిదిద్దాలి. ఇదంత సులువైన జర్నీ కాదు. అయినా ప్రయత్నం వీడను!'' అంటూ తన జర్నీ గురించి చెప్పారు మిస్ సౌత్ సూడాన్.

> మా దేశంలోని యంగ్ గర్ల్స్‌కి నేను మెంటర్‌గా ఉండాలి! వాళ్లు కలలను సాకారం చేసుకునేలా నేను తోడ్పడాలి. వాళ్ళకు రెక్కలున్నాయనే విషయాన్ని గ్రహించేలా చేయాలి.

– సరస్వతి రమ
ఫొటో: ఎస్.ఎస్. ఠాకూర్

కూల్ రూఫ్ టెక్నాలజీ



కూల్ సమ్మర్

పెరుగుతున్న వేడిని తట్టుకోవడానికి సామాన్యులు తక్కువ ఖర్చుతో కూడిన పద్ధతుల వైపు దృష్టి సారిస్తున్నారు. ఇందులో కూల్ రూఫ్స్ ప్రోగ్రామ్ ఒకటి. ఈ ప్రోగ్రామ్‌లో భాగంగా టైటానియం ఆక్సైడ్‌లాంటి మెటీరియల్‌తో తయారుచేసిన ప్రత్యేకమైన వైట్ పెయింట్‌ను రూఫ్ టాప్‌లకు వేస్తారు.

దీనికి ముందు రూఫ్‌ను చెత్త, మురికి లేకుండా శుభ్రపరుస్తారు. 'వైట్ పెయింట్ వల్ల ఏ మేరకు ఫలితం ఉంటుంది?' అనే విషయానికి వస్తే... ఉష్ణోగ్రతలలో చెప్పుకోదగ్గ తగ్గుదల కనిపిస్తుందని ప్రాథమిక పరీక్ష ఫలితాలు తెలియజేస్తున్నాయి. 'సోలార్ రెఫ్లెక్టివ్ వైట్ పెయింట్ నార్మల్ పెయింట్ కాదు' అంటుంది అహ్మదాబాద్‌లోని 'మహిళా హౌజింగ్ ట్రస్ట్' మేనేజర్ దీపిక వద్గామ.

'రూఫ్‌కు రెండుసార్లు పెయింట్ వేయడం మంచిది. మొదటి లేయర్‌కు, రెండో లేయర్‌కు మధ్య కనీసం రెండు గంటల విరామం ఉండాలి' అంటుంది దీపిక. 'అధిక వేడి వల్ల ఇబ్బంది పడకుండా హోమ్-బేస్ వర్కర్స్‌కు కూల్ రూఫ్ టెక్నాలజీ ఉపయోగపడుతుంది. వారు చేసే పనికి అంతరాయం ఏర్పడకుండా ఉంటుంది' అంటుంది దీపిక. అహ్మదాబాద్‌లోని లాల్ దర్వాజ బస్‌స్టాప్‌ను 'కూల్ బస్ స్టాప్'గా క్లైమేట్-ఫ్రెండ్లీగా డిజైన్ చేశారు.

'ఒకప్పుడు వేసవికాలంలో ఇంట్లో ఉండడం కష్టంగా ఉండేది. వేడి తట్టుకోలేక కుట్టుమిషన్ పని ఆపేయాల్సి వచ్చేది. సోలార్ రిఫ్లెక్టివ్ వైట్ పెయింట్ వల్ల ఇంట్లో వేడి బాగా తగ్గింది. ఇప్పుడు ఎలాంటి ఇబ్బంది లేకుండా పనిచేసుకోగలుగుతున్నాను. వచ్చే సంవత్సరం కూడా రూఫ్‌కు వైట్ పెయింట్ వేయిస్తాను' అంటుంది సంగీత బెన్ అనే గృహిణి.